Kapitola 7. Touha

Předcházející část: Kapitola 6. Strach

Tato emoce se může pohybovat od mírného pocitu nedostatku až po žádostivost, poháněnou touhou po něčem nebo po někom. Dá se to vyjádřit také jako chamtivost, posedlost, prahnutí, závistivost, žárlivost, přilnutí k něčemu, hamounění, dravost, fixace, mánie, přehánění, příliš velké ambice, sobectví, žádostivost, snaha přivlastnit si druhého, potřeba ovládat, idealizování, nenasytnost a hrabivost. ´Nikdy není spokojený´. ´Nikdy nemá dost´. ´Musí vlastnit´. Jsme-li pod vlivem touhy, nejsme už svobodní. Rozhoduje touha, ovládá nás, zotročuje nás a vodí nás za nos.

I tady platí základní charakteristika svobody: jestli jsme se vědomě rozhodli uskutečnit určitý záměr, nebo jestli se jen slepě řídíme svými neuvědomovanými programy a systémy přesvědčení.

Touha jako zábrana

Často se objevuje nedostatečné pochopení, jak chtění a touha funguje. Základní iluze se dá rozpoznat v prohlášení „Jediná možnost, jak získat to, co chci, je toužit po tom. Kdybych od své touhy upustil, pak nedostanu to, co chci.“ Pravdou je ve skutečnosti pravý opak. Touha, zvláště silná touha (např. žádostivost) často zablokuje možnost dostat to, co si přejeme.

Proč tomu tak je? Ve skutečnosti v našem životě k něčemu dojde, protože jsme si to zvolili. Je to výsledek našeho záměru, rozhodli jsme se pro to. Vstoupilo to do našeho života, *třebaže jsme po tom netoužili*. Toužení by ve skutečnosti zablokovalo možnost to získat nebo si to pořídit. Protože touha doslova znamená „já to nemám“. Jinak řečeno pokud říkáme, že po něčem toužíme, říkáme tím, že to nemáme. A když řekneme, že to nemáme, vytváříme psychickou vzdálenost mezi sebou a tím, co bychom si přáli. Tato vzdálenost se stane překážkou, která spotřebovává energii.

Když jsme zcela upustili od ulpění na tom, nemožné se stává možným, protože chtění blokuje přijímání a má za následek obavy, že to nezískáme. Energie touhy je v podstatě popřením, že to, oč máme zájem, je pro nás snadno k mání.

Existuje i jiný způsob, jak pohlížet na dosahování svých cílů, než je ten, na který jsme si kvůli naprogramování okolním světem zvykli. Máme ve zvyku si představovat, že ambice a úspěch jsou spojené s tvrdou prací a klasickou „protestantskou etickou“ ctností. K ní patří sebeobětování, askeze, vynakládání velkého úsilí a námahy, utahování opasku, rozhodnutí pustit se do toho, nikdy se nevzdávat a prožívat celou neradostnost tvrdé práce. Když se podíváme na celý tento přístup, zní to namáhavě, že? A opravdu to namáhavé je. Zahrnuje to boj a boj je důsledkem zablokování naší vlastní cesty touhou.

Porovnejme svízelnou cestu nižšího vědomí k dosažení cílů se svobodnějším přístupem prostřednictvím vyššího stavu vědomí, kdy jsme svou touhu rozpoznali,

upustili jsme od ní a nacházíme se ve svobodnějším stavu, pro který jsme se rozhodli a který se bez jakéhokoliv úsilí objevuje v našem životě. Vzdali jsme se pocitů touhy a místo toho jsme si zvolili cíl, s láskou jsme si ho představili a svolujeme, aby k němu došlo, protože je nám jasné, že už je náš.

Proč už je náš? V nižším stavu vědomí se vesmír vnímá jako negativní a odpírající, frustrující a neochotný. Jako špatný, lakomý rodič. Ve vyšším stavu vědomí se naše vnímání vesmíru změní. Jako by teď dával a byl to milující, bezvýhradně souhlasící rodič, který nám chce dát všechno, co si přejeme, a naslouchá našim přáním. To vytváří jiný kontext. Dává to vesmíru jiný význam.

Ačkoliv svět může být lakomý a nepřátelský k ostatním lidem, není žádný důvod, proč bychom měli toto paradigma[1] převzít. Převezmeme-li je, budeme ve svém životě podle něj jednat. Když ale upouštíme od svých tužeb, začínáme vidět, že to, pro co jsme se rozhodli, vstupuje do našeho života téměř magicky. „To, čeho se držíme v mysli, má tendenci se projevit.“ Jak už bylo řečeno dřív, v době předpokládané vysoké nezaměstnanosti někteří lidé nejen že mají zaměstnání, ale mají i dvě nebo tři zaměstnání.

[1] *soubor předpokladů, konceptů, hodnot, pravidel a sdílených praktik, prostřednictvím kterého pohlížíme na skutečnost a interpretujeme ji (pozn. překl.)*

První setkání s tímto pohledem na svět byl přímo neuvěřitelně nový způsob pohledu. Byla tu jistá šance, že je to pravda, ale i skepticismus, který říkal: „Tohle prostě na praktické úrovni není možné.“ Kvůli přísné ´protestantské etice´ v pozadí bylo obtížné tomu uvěřit; nicméně byla tu ochota mít natolik dostatečně otevřenou mysl, aby bylo možné to vyzkoušet. Nastala první zkušenost s upuštěním od touhy.

Zapsaly se osobní cíle a následovalo upuštění od touhy po nich. Zní to paradoxně, ale právě to je ten proces: rozpoznat cíle a pak upustit od chtění jich dosáhnout. Jedním z cílů, kterých se mysl držela po několik let, bylo získat byt v New Yorku, protože pracovní závazky vyžadovaly hodně dojíždění i financí na ubytování v hotelových pokojích. Ekonomickým řešením by bylo malé apartmá ve městě – tzv. dočasné bydlení. Jako cíl se zapsalo „apartmá v New Yorku“. Při použití tohoto způsobu k dosahování cílů vezmeme v úvahu všechny detaily, i když se racionální mysli mohou zdát nedosažitelné. Takže ideální byt byl definovaný detailně: byl za rozumnou cenu, na Páté Avenue, v sedmdesátém bloku, hned vedle vchodu do Central Parku, v osmém nebo v devátém patře a v zadním traktu, aby hluk ulice by byl minimální, a byt by neměl mít víc než dvě a půl místnosti.

Následující den v zaměstnání bylo jako obvykle mnoho práce, s velkým počtem případů, setkání a návštěv pacientů. V mezičase mezi dvěma zasedáními a setkáváním s pacienty se pocit touhy získat byt přijímal a plně odevzdával. Jak den pokračoval, byt se z mysli úplně vytratil. Kolem půl páté odpoledne, po posledním pacientovi, se najednou objevil impuls zajet do města. Přesto, že bylo období dopravní špičky, silnice byla volná a jízda trvala jen půl hodiny. Vůz projel až k 73. ulici k Lexingtonu a zastavil u nejbližší realitní kanceláře. Skoro jako mávnutím kouzelného proutku bylo přímo před realitní kanceláří volné místo

k zaparkování. Úředník po trochu ironickém sdělení požadavku na byt na Páté Avenue vypadal překvapeně a řekl: „Tedy, vy ale máte štěstí! Přesně před hodinou jsme zaevidovali na Páté Avenue jedno apartmá k pronájmu, na 76. ulici, v devátém patře. Je to byt v zadním traktu, dvě a půl místnosti, a nájemné je rozumné (regulované, měsíčně 500,00$). Byt je vymalovaný a můžete se tam kdykoliv nastěhovat.“ Šli jsme tedy prohlédnout byt. Odpovídal přesně popisu cíle. K podpisu nájemní smlouvy došlo přímo na místě! A tak do 24. hodin od pokusu odevzdat konkrétní osobní cíl se cíl zrealizoval. Bylo to něco, čeho bylo téměř nemožné dosáhnout, a přesto se to stalo přesně podle záměru, bezúsilně a bez jakýchkoliv negativních emocí. Byla to snadná a radostná zkušenost.

Není to mimořádný zážitek, je typický, protože v tomto případě byla touha mírná a dala se bez větší námahy úplně odevzdat. Naprosté upuštění od ní znamenalo, že bylo OK, když se apartmá objevilo, a bylo by v pořádku, i pokud by k tomu nedošlo. Díky naprostému odevzdání se nemožné stalo možným a projevilo se to rychle, bez jakékoliv námahy.

Všichni můžeme tento mechanismus zpochybňovat a podívat se zpětně na věci, které jsme chtěli a které byly dosaženy pomocí ambic, žádostivosti a až obsesivní, nespoutané chtivosti. Mysl říká: „No a jak bych je byl získal, kdybych byl upustit od snažení jich dosáhnout, kdybych byl po nich netoužil?“ Pravdou je, že jsme je mohli dostat tak jako tak, ale bez úzkostí (strachu, že to nedopadne), bez investování energie, bez jakéhokoliv usilování, beze všech pokusů, omylů, a bez tvrdé námahy.

„Dobrá!“ řekne mysl, „jestliže jsme to dostali bez námahy, jak je to s potom hrdostí na úspěch? Neměli bychom se jí vzdát?“ Ano, museli bychom se vzdát hrdosti na všechny ty oběti a tvrdou práci, kterou jsme do toho vložili. Museli bychom se vzdát sentimentálnosti, týkající se sebeobětování a veškeré bolesti a utrpení, kterými jsme procházeli, abychom svých cílů dosáhli. Je to zvláštní zvrácenost v naší společnosti, že? Pokud se prakticky bez námahy staneme najednou úspěšnými, lidé nám závidí. Ve skutečnosti jim vadí, že jsme nemuseli procházet všemi druhy úzkosti, bolesti a utrpení, abychom toho dosáhli. Jejich mysl je přesvědčená, že úzkost je cenou, která se musí zaplatit za úspěch.

Podívejme se na tohle přesvědčení. Kdyby neexistovalo negativní naprogramování, které způsobuje, že něčemu uvěříme, proč bychom měli za každou cenu procházet bolestí a utrpením, abychom ve svém životě něčeho dosáhli? Není to poněkud sadistický pohled na svět a na vesmír?

To další, co blokuje splnění našich přání a tužeb, jsou neuvědomované pocity provinilosti a nedostatečnosti. Je zvláštní, že podvědomí nám umožňuje mít jen to, o čem si myslíme, že jsme toho hodni. Čím víc lpíme na své negativitě a na představě o vlastní malosti, která z toho vyplývá, tím méně si myslíme, že jsme něčeho hodni a nevědomky si tím odpíráme hojnost, která k ostatním proudí tak snadno. To je důvod, proč se říká „Chudí chudnou a bohatí bohatnou.“ Vidíme-li sami sebe jako nicotné, pak to, co zasluhujeme, je chudoba, a naše podvědomí se postará, aby k ní skutečně docházelo. Když od svého pocitu nedostatečnosti upustíme a začneme si znovu vážit své vnitřní nevinnosti, když přestaneme odmítat

vlastní velkorysost, otevřenost, láskyplnost a důvěryhodnost, pak podvědomí začne automaticky vytvářet takové životní okolnosti, že do našeho života začne proudit hojnost.

Mít – Dělat – Být

Když jsme se osvobodili od nižších stavů vědomí, lhostejnosti a strachu, dostáváme se do stavů nespokojenosti. To, o čem předtím platilo „nemůžu“ a jevilo se to jako nedosažitelné, se teď stává možným. Úplně se přesouvat z nejnižší roviny vědomí k rovině nejvyšší znamená posouvat se od vlastnění k jednání a k bytí. Na nižších úrovních vědomí záleží na tom, co *máme*. Znamená to, že v*lastníme* to, co chceme. Že m*áme* to, co oceňujeme. Právě to, co *máme*, potvrzuje naši vlastní důležitost a naše postavení ve světě.

Když jsme sami sobě dokázali, že můžeme vlastnit, že naše základní potřeby mohou být uspokojeny, že máme sílu postarat se o svoje vlastní potřeby i o potřeby těch, kteří jsou na nás závislí, se mysl začne víc zajímat, co je to, co *děláme*. Pak se přesouváme do jiné sociální skupiny, ve které základem našeho vlastního významu i toho, jak nás hodnotí jiní, je to, co ve světě *děláme*. Když se posouváme směrem vzhůru do láskyplnosti, naše aktivity jsou stále méně zaměřené na posluhování vlastnímu já a víc a víc se orientují na službu druhým. Jak se prohlubuje naše uvědomování, vidíme, že láskyplnou službou ostatním dochází automaticky k naplňování našich vlastních potřeb. (Neznamená to obětovat se. Služba není oběť.) Nakonec se přesvědčíme, že naše vlastní potřeby jsou automaticky naplňovány vesmírem a naše jednání se stává láskyplným téměř automaticky.

V tomto bodě už nejde o to, co ve světě děláme: podstatné je to, čím *jsme*. Sami sobě jsme dokázali, že můžeme mít to, co potřebujeme, že vzhledem k ochotě můžeme dělat téměř cokoliv. A to, čím teď jsme uvnitř sebe samých i vůči ostatním, se teď stává tím nejdůležitějším. Lidé teď vyhledávají naši společnost, ne proto, co *máme*, ne kvůli tomu, co *děláme* a kvůli společenskému zaškatulkování, ale pro to, čím jsme se *stali*. Lidé prostě chtějí být kolem nás a zažívat nás jen kvůli kvalitě naší přítomnosti. Naše sociální zařazení se mění. Nejsme už osoba, která má elegantní byt, velké auto nebo sbírku starožitností, už nejsme onálepkováni jako prezidenti takové a takové korporace nebo jako členové představenstva nějaké organizace. Jsme teď popisováni jako jedinečný člověk, jako někdo, s kým se lidi prostě musí setkat, kterého musí poznat. Začínáme být popisováni jako charismatická osobnost.

Tato úroveň bytí je typická pro svépomocné skupiny. Ve svépomocných skupinách se nikdo nezajímá o to, co druzí ve světě dělají nebo co mají. Zajímají se jen, jestli jsme dosáhli vnitřních cílů jako je upřímnost, otevřenost, sdílení, láskyplnost, ochota pomáhat, pokora, opravdovost a uvědomění. Zajímají se o kvalitu našeho stavu bytí.

Přitažlivost

Je velmi užitečné porozumět přitažlivosti. Jakmile jsme ji jednou pochopili, upouštění od tužeb začne být podstatně snadnější. Kniha nazvaná *Přitažlivost: Světový problém* (1950) od Alice Bailey toto téma popisuje odborně.

Podíváme-li se na něco, co chceme, můžeme začít rozlišovat mezi věci samou a jejím vyzařováním, jiskřením a atraktivně magnetickým působením, které lze nejlépe popsat jako ´přitažlivost´. Právě nepoměr mezi věcí jako takovou a jejím kouzlem, které nás k ní přitahuje, vede ke zklamání. Tak často jsme se hnali za nějakým cílem, a když jsme ho pak dosáhli, byli jsme zklamaní. Dochází k tomu proto, že věc jako taková není totožná s našimi představami o ní. Přitažlivost znamená, že ta věc v nás vyvolala úžasné pocity, nebo jí přisuzujeme životně důležitou závažnost. Promítli jsme do ní magickou kvalitu, která nás nějakým způsobem vede k přesvědčení, že jakmile ji získáme, zázračně dosáhneme nějakého lepšího stavu, štěstí a spokojenosti.

To se stává velmi často s odbornými cíli. Člověk pracuje rok za rokem ve snaze stát se prezidentem společnosti nebo dosáhnout nějakého jiného významného a prominentního postavení. Když toho dosáhne, očekává, že si bude užívat uspokojení a pocit jedinečnosti, spojený s touto úrovní úspěšnosti: úctu svých podřízených, honosná auta, prominentní kancelář, vizitky, tituly a exkluzivní bydlení. Jenže zjistí, že všechny ty věci jsou povrchní. Jsou velmi nedostatečnou kompenzací trýznivého energetického vyčerpávání a každodenní dřiny, kterou jeho postavení ve skutečnosti vyžaduje. Zatímco si představoval, že se mu bude dostávat obdivu, zjistí, že to, co se nachází na nejvyšší úrovni a často se objevuje se u mocných lidí je nemilosrdnost, rivalita, závistivost, nekonečná podlézavost a lstivá manipulace, včetně paranoidních útoků od konkurentů. Uvědomí si, že ho to natolik vyčerpává, že mu na jeho osobní život nezbývá už žádná energie; jeho vztahy jsou narušené. Jeho žena si stěžuje, že je příliš vyčerpaný, že se s ní už ani nepomiluje, že je příliš unavený, než aby jí věnoval energii, kterou ona potřebuje, příliš utahaný, než aby mohl být dobrým otcem, a dokonce příliš zničený, než aby si mohl vychutnávat jejich oblíbené rekreační aktivity.

Totéž se děje s ženami při úspěšnosti v tradičně ženských oblastech. Žena si například myslí, že bude-li mít na párty značkové oblečení, přitáhne jí to pozornost, lichocení a obdiv a dopomůže jí to k určitému společenskému postavení. Stojí ji to hodně obětí, vynakládá spoustu námahy a velké sumy peněz, aby takové oblečení získala, musí navštívit velkou řadu míst, aby sehnala doplňky. Ale co se nestane? Na párty si vyslechne pár letmých komentářů ke svému oblečení a to je všechno. Nikdo s ní netančí o nic častěji než předtím. Nevěnují jí o nic větší pozornost než dřív. Dostane se jí pár nevlídných, závistivých pohledů od jiných žen, které si všimly, co asi za oblečení zaplatila. Během večera se jako obvykle dostane do sporu se svým doprovodem a když se vracejí autem domů, sotva na sebe promluví, stejně jako minule.

Když je žena úspěšná v podnikatelských a v politických oblastech, čelí zklamání, které provází její vytoužené, přitažlivé vedoucí působení na veřejnosti. Místo předpokládaného zvýšení prestiže a vážnosti čelí kritice, závisti a nepřátelství – dokonce i od ostatních žen. Dosažení cíle často nepřináší to, co očekávala. Dochází k neustálému posuzování veřejně činné ženské osoby i jejího oblečení a ta může prožívat trýznivé obavy, že kvůli svým snahám o profesionální úspěšnost zanedbává svou rodinu. ´Výhra´ někdy nebývá tak osvobozující, jak nás naše touha nutila uvěřit.

I emoční cíle si idealizujeme sentimentalitou a svými pocity. Jisté vzrušení se promítá do emocionálních událostí (např. shledání, první rande, nebo zvolení předsedou své třídy). Vypadá to jako mnohem důležitější, než to v celkovém dění opravdu je. Potom, co k tomu došlo, jde život dál beze změn a objeví se zklamání.

Idealizování je samozřejmě jasně viditelné u reklam. Tady to pozorujeme *sui generis*. Kovboj je idealizací mužnosti a baletka je idealizací ženskosti. Lidé jsou přitahováni osobnostmi, ne značkami zboží. A tak kovboj představuje idealizovaného samce, který je robustní, pohodový, je zdvořilý a má sebevládu. Spotřebitel promítá na dotyčný produkt představu, že ten mu poskytne vytoužené osobní charakteristiky.

Idealizování probíhá na úrovni představ. A tak při pokračování v upouštění od tužeb musíme rozpoznat, co je nadsázka, fantazie a idealizování. Když jsme zanechali idealizování, bude poměrně snadné vzdát se i touhy. Pokud si například přestaneme kovboje idealizovat, pak cigareta nebo cheeseburger, které na reklamě drží v ruce, ztratí svou přitažlivost. Opravdu budeme znovu a znovu ke svému velkému překvapení zjišťovat, že touha byla spojená s okouzlující představou; na prvním místě v tom nebylo nic skutečného. Protože v tom nebylo nic reálného, svět nás neustále nepoctivě napaluje, živí naši touhu po idealizovaném a nerealistickém zaměření. Slibuje, že nás udělá mnohem důležitějšími, než ve skutečnosti jsme. Idealizování na této úrovni nepoctivosti je podvod.Mysl protestuje: ´Musím se vzdát všeho toho okouzlujícího vzrušení? Musím se vzdát svých představ, které mě emocionálně uspokojují a vzrušují´? Odpověď je samozřejmě ´Ne´. Nemusíme se jich vůbec vzdát. A můžeme dosáhnout cílů bez námahy a snadno, jakmile si uvědomíme, pro co jsme se rozhodli. Můžeme to získat přímo. Můžeme být atraktivní, ale nebudeme se snažit toho dosáhnout falešným způsobem, jako například řízením vozu určitého typu. Dosáhneme toho upuštěním od naší malosti a přiznáním si našeho významu, který se tím odráží ven do světa. Můžeme se snadno stát vzrušující osobou, kterou lidé touží poznat. Stačí se jen rozhodnout, že jí budeme, a upustit od blokování touhou být jí. Můžeme mít to, co chceme, přímo, bez obcházení přes nějaké falešné naděje, které nám způsobí jen frustraci a zklamání.

Způsob, jak se stát takovou vzrušující osobu, kterou lidé chtějí znát, je velmi snadný. Prostě si představíme typ člověka, kterým chceme být, a odevzdáváme všechny negativní pocity a bloky, které nám v tom brání. Co se pak stane, je, že všechno, co potřebujeme mít a dělat, zapadá automaticky na své místo. Protože největší sílu a energii má – na rozdíl od *vlastnění* a *dělání* – úroveň bytí. Když se jí dává přednost, pak aktivity člověka automaticky integruje a organizuje. Tento mechanismus je zřejmý v obecné zkušenosti ´Co udržujeme v mysli, to má tendenci se projevovat´.

Síla vnitřního rozhodnutí

Nejedná se o filozofický postoj, ale o praktické postupy, které lze prověřit zkušeností. Je snadné vyzkoušet tyto koncepce a sledovat důsledky, které automaticky nastávají. Vzhledem k tendenci mysli, ochotné uvěřit čemukoliv jinému než síle našeho vlastního uvědomování, je dobré vést si deník a zapisovat si do něj cíle, kterých bychom chtěli skutečně dosáhnout, pak si je odškrtnout a udělat

si k nim dodatečné poznámky. Proč? Protože nějakou chvíli potrvá, než uvěříme, že je to opravdu naše vlastní síla, která těch cílů dosáhla.

Tady je jeden zajímavý případ popírání vnitřní síly. Muž, který se kvůli své nezaměstnanosti cítil beznadějně a byl kvůli tomu opravdu zoufalý, byl instruován, jak na svou pracovní situaci aplikovat techniku ´nechat být´. Protože byl nábožensky založený, bylo mu doporučeno, aby zapomněl na snahu získat zaměstnání, obrátil se k Bohu, svou touhu v té věci mu odevzdával a zůstával úplně otevřený tomu, co by se mohlo stát. O týden později líčil: „No, den potom, co jsem odevzdal svou touhu získat práci, se nic nestalo. Pak mi z velké dálky zatelefonoval můj švagr a nastoupil jsem do jeho firmy. Kdyby nebylo mého švagra, nikdy bych práci nedostal. Dobře že jsem nemusel čekat na Boha!“

Je to dobrý příklad, jak je mysl zvyklá reagovat. Samozřejmě to bylo jeho vlastní odevzdání, které způsobilo, že mu švagr zavolal. On tak zoufale toužil po práci, že touha zablokovala možnost toho cíle dosáhnout. Když upustil od chtění získat práci, během 24 hodin se rychle objevila. Jenže mysl má sklon popírat vlastní moc a promítá ji někam do světa. To je důvod, proč jsou lidé přesvědčeni, že jsou bezmocní. Mají moc, ale promítají ji do vnějších sil. Všichni jsme mocnými bytostmi, které si přestaly uvědomovat svou vlastní moc; popřeli jsme ji a kvůli pocitu viny a vlastní malosti ji promítáme na ostatní.

Většina toho co se děje v našem životě je výsledkem nějakého rozhodnutí, které jsme udělali někdy v minulosti, ať vědomě, či nevědomě. Vzhledem k tomu je pak velmi jednoduché při pohledu na náš život a jeho zpětné sledování uvidět svá minulá rozhodnutí.

Tento princip je dobře vidět u ženy, která přišla na psychoterapii. Potřebovala léčbu, protože – jak prohlásila – „Mé vztahy nikdy nefungují.“ Měla jeden neuspokojivý milostný poměr za druhým a pokaždé to v ní zanechalo pocit, že byla použita a zneužita. Byla plná zášti, sebelítosti a deprese. Problém byl samozřejmě vyjádřený v její úvodní větě: „Mé vztahy nikdy nefungují.“

Protože popíráme sílu naší vlastní mysli, nevidíme, co přímo bije do očí. Je velmi zvláštní, jakým způsobem jsme se stali tak nevědomými. Sedí tu žena, která má k dispozici odpověď, ale ona nevidí, že je to odpověď. Opravdu nevidí sílu toho, čemu uvěřila. Naše mysl je tak silná, že pokud chováme v mysli jedinou myšlenku „Mé vztahy nikdy nefungují,“ s největší pravděpodobností se to tak bude v našem životě dít. Náš podvědomý génius, který umí jen přijímat příkazy a ne rozhodovat, se postará, aby naše vztahy nefungovaly.

Samozřejmě, že zažívala hodně důsledků svých minulých neuspokojivých vztahů. Prožívala sebelítost, zášť, žárlivost, závist a všechna ta zadostiučinění, které neustále pociťuje malé přízemní já. Pokud se podíváme na tuto úzkoprsou část sebe sama, uvidíme, že se jedná o takové věci, ve kterých si já prostě rádo libuje. Glorifikuje sebe samo v tom, jak mizerný je život, jak těžko dosažitelné je štěstí, jak mizerné byly naše zkušenosti a jak ničemně se k nám lidé zachovali. Ale pokud budeme této sadě programů naslouchat, zaplatíme za to vysokou cenu.

Příčiny a důsledky evidentně fungují. Má-li naše mysl sílu způsobovat svým

rozhodnutím, aby se v našem životě děly negativní věci, pak má stejnou sílu i v opačném, pozitivním směru. Můžeme si pokaždé znovu vybrat. Tentokrát si můžeme zvolit to pozitivní. Můžeme rušit staré programy a můžeme to dělat tím, že se vzdáváme požitků z uspokojení, které jsme získávali svým negativním přístupem.

Když jsme se teď trochu podívali na toto téma, můžeme objevit pojmenování, které výstižně popisuje dotyčný soubor emocí: ´sobectví´. Pouhé použití toho slova okamžitě vyvolá odpor kvůli pocitu viny. Kvůli sobeckosti se všichni cítíme provinile. Staví nás to do bezvýchodné situace, jelikož máme-li udělat to, čemu nás svět naučil, si musíme dopřát tutéž věc, pro kterou nás pak odsoudí: sobectví. Abychom mohli tohle téma prozkoumat, rozhodněme se nejprve, že nebudeme sebe sama obviňovat a upadat do užívání si pocitů provinilosti. Tím pocit viny ve skutečnosti je, že? Užívá si ho ´já´.

Pojďme se místo toho podívat na pojem ´sobectví´ jako na pouhý popis kolektivních motivací a způsobů jednání malého já, zděděného aspektu mysli, které jsme díky naší vlastní naivitě dovolili, aby nás naprogramovala, a teď jsme se rozhodli její naprogramování anulovat, podobně jako příkazem ´odinstalovat´ v počítači.

Důvodem, proč upustit od sobectví, není vina. Není to proto, že to je ´hřích´. Že je to ´špatně´. Všechny tyto motivace pocházejí z nižší úrovně vědomí a ze sebeodsuzování. Důvodem je spíš upouštění od sobectví prostě proto, že je nepraktické. Že nefunguje. Je příliš nákladné. Spotřebovává příliš mnoho energie. Zpomaluje dosahování našich cílů a realizaci našich potřeb. Protože malé já je samou svou podstatou tím, co zachraňuje sebe samo a pocit viny vytváří; kvůli pocitům viny se snažíme dosáhnout úspěchu. A potom, když jsme ho dosáhli, máme kvůli tomu špatné svědomí. V této hře na provinilost neexistuje výhra. Jediným řešením je zanechat jí, vzdát ji.

Naše mysl by nás ráda přiměla, abychom si mysleli, že pocit viny je chvályhodný, a ti, kteří po světě šíří obviňování, by z toho rádi udělali modlu. Co je důležitější: cítit se provinile, nebo se změnit k lepšímu? Pokud nám někdo dluží peníze, byli bychom raději, kdyby se cítil provinile, nebo kdyby nám svůj dluh zaplatil? Pokud máme v úmyslu cítit se provinile, měli bychom se alespoň pro to rozhodnout vědomě, místo abychom se tím řídili nevědomky.

Když jsme se posunuli dál od sobeckosti, od sebeztotožnění s malým ´já´, přesunuli jsme se do sebeztotožnění s naším větším „Já.“ Posouváme se od slabosti k moci a od sebenenávisti a malichernosti k láskyplnosti a harmonii. Posunujeme se od střetů k pohodovosti a od frustrace k dovednosti.

Shrneme-li to, pak namísto motivace sobectvím a touhou můžeme do svého života mnohem snadněji přivést to, pro co se rozhodneme prostřednictvím předvídavosti a výběru toho, pro co jsme se rozhodli. Uděláme to vyjádřením svého záměru, přijetím, rozhodnutím a aktem vědomé volby.

Následující část: Kapitola 8. Hněv